

Propongono

DIMAGRIRE IN GRUPPO...verso Natale

"CIBO, EMOZIONI E TRASGRESSIONI": ciclo di 3 incontri

Percorso di gruppo per ritrovare e mantenere la propria forma psico-fisica ottimale col sostegno di professionisti del settore.



Quando? A partire da **LUNEDI' 7 NOVEMBRE ore 18.30-20.30**

Dove? Presso il **POLIAMBULATORIO ESCULAPIO**, vicolo Fermi 5/A, Albignasego

Date previste: LUN. 7 e 21 Novembre - 12 Dicembre 2016

3 incontri a tema in piccolo gruppo sulle ... **TRASGRESSIONI ALIMENTARI** tipiche delle festività: come gestirle ed affrontarle da un punto di vista nutrizionale-dietetico ed emotivo.

Obiettivo: mantenere il benessere psico-fisico durante le festività.

Gli incontri saranno co-condotti dalla dott.ssa Maria Giardini, psicologa psicoterapeuta e dalla dott.ssa Laura Mitaritonna, dietista, esperta di igiene ed educazione alimentare.

E' necessaria l'iscrizione.

Per info e iscrizioni:

Dott.ssa Maria Giardini, psicologa psicoterapeuta

cell. 339-7408864, info@studiopsicodramma.it ,www.studiopsicodramma.it

Dott.ssa Laura Mitaritonna, dietista, esperta di igiene ed educazione alimentare

cell. 328-4623848, info@studiodieta.it , www.studiodieta.it